

Mode d'emploi & Assemblage



FRANCE

SAUNA

SPÉCIAL VAPEUR

ATTENTION ! Ce manuel contient toutes les options disponibles. Chaque gamme est dotée d'options et accessoires particuliers.

Table des Matières

02 Avertissements

03 Conditions d'utilisation

04 Informations relatives à l'emballage des panneaux

05 Mode d'assemblage

08 Connexion du poêle HARVIA & Lumière de lecture

09 Montage des 4 & 5 places

10 Conseils pratiques

11 Guide d'utilisation

12 Contact et SAV



●●● AVERTISSEMENTS

Cet appareil n'est pas destiné à l'utilisation par des personnes (incluant des enfants) avec des capacités physiques, sensorielles ou mentales réduites ; ou le manque d'expérience et la connaissance, à moins que l'on ne leur ait donné la surveillance ou l'instruction concernant l'utilisation de l'appareil par une personne responsable de leur sécurité. Les enfants devraient être surveillés pour assurer qu'ils ne jouent pas avec l'appareil!

Lire et suivre les instructions de ce fascicule attentivement.

Lors de l'installation et installation électrique veillez à bien suivre les instructions et les consignes de sécurité basique.

●●● CONSIGNES DE SECURITE

a. Pour prévenir un incendie ne pas sécher des vêtements dans le sauna ni laisser des essuie-main dedans.

b. Pour prévenir brûlures ou électrocution ne pas toucher le poêle.

c. En étant assis dans le sauna ne pas toucher l'ampoule. Quand l'ampoule devra être échangée, éteindre et attendre jusqu'à ce que le sauna s'arrête et l'ampoule soi

Ne pas utiliser le sauna sous les conditions suivantes :

1. plaies ouvertes

2. maladies des yeux

3. coup de soleil grave

4. personnes âgées et invalides, en particulier personnes malades, Femmes enceintes et petits enfants.

Les enfants ayant 6 ans peuvent utiliser le sauna sous la surveillance d'adultes.

5. Pour des maux dépendants de la température consulter le médecin avant l'usage.

6. Ne pas emmener d'animaux domestiques dans le sauna.

7. Ne pas utiliser sous l'influence d'alcool.

8. Ne pas utiliser le sauna après un gros effort. Attendre 30 minutes que le corps s'apaise.

●●● Conditions d'utilisation

1. **Température** de +5°C à +40°C

2. **Humidité** $\leq 85\%$

3. **Pression** : 700~1060 hpa

4. **Voltage** : AC ☐ 110V ☐ 120V ☒ 230V ☐ 240V

5. **Fréquence** : ☐ 60Hz ± 1 ☒ 50Hz ± 1

●●● Caractéristiques techniques

1. **Poêle Harvia Mono/ou/Triphasé 3500Kw ou 4500Kw**

2. **Température ajustable de 18°C à 100°C**

3. **Temps ajustable de 0 à 240 minutes**

4. **Thermomètre et capteur thermique sur poêle**

5. **Sablier**

6. **Hydromètre**

7. **Seau et louche Traditionnels**

●●● Informations relatives à l'emballage des saunas

Le sauna est conditionné en 3 cartons

Nous vous prions de vérifier les numéros des cartons avant de les ouvrir.
(Par exemple : C/NO.: 002 1 OF 2 et C/NO.: 002 2 OF 2). Nous recommandons d'employer les trois cartons avec le même numéro de carton pour un appareil, étant donné que la cabine pourra être mieux installée comme cela.



Prière de vérifier, après l'ouverture, si toutes les pièces sont contenues dans les cartons. Les vis sont emballées dans des sachets en plastique et attachées aux emplacements prévus .

A. Mode d'emploi

B. Plaque de base

C. Paroi arrière

D. Paroi latérale gauche

E. Paroi latérale droite

F. Plaque de support

G. Siège

H. Dossier

I. Paroi avant

J. Plaque de protection intérieure

K. Plaque de protection extérieure

L. Porte-gobelet/ porte-serviette (à partir des modèles 3 places)

M. Seau et Louche

N. Thermomètre et Hydromètre

O. Poêle Harvia et Pierres de Lave

●●● Mode d'assemblage

La construction du sauna requiert deux adultes pour être plus facile. Prenez le temps de lire les instructions qui vous guideront durant l'assemblage. Si vous rencontrez un problème durant l'assemblage ou si vous vous désirez poser une question à ce sujet, veuillez contacter nos techniciens.

●●● INSTALLER LE SAUNA Système FAST-UP

EMPLACEMENT DU SAUNA

Quand vous aurez décidé de l'emplacement de votre sauna, veuillez gardez ceci en mémoire :

- Le cordon d'alimentation de votre sauna doit être facilement accessible.
- L'emplacement doit être plat et sec.

PLACEMENT DU PANNEAU DE BASE

Placez le panneau de base sur le sol et vérifiez que l'autocollant "face" soit dans la direction où l'avant du sauna devra se situer.



ASSEMBLAGE DE LA PAROI ARRIÈRE

Alignez la paroi arrière selon les listeaux respectifs de la plaque de base en vous assurant qu'ils soient dans une rainure.



Loquet ouvert



Loquet fermé

ASSEMBLAGE DES PAROIS LATÉRALES

Alignez le panneau latéral droit selon les listeaux respectifs de la plaque de base en assurant que le panneau latéral droit aille exactement dans le panneau arrière.

Tous les panneaux sont identifiables par l'autocollant qui les nomme. Ainsi, le panneau marqué gauche doit être positionné à gauche de votre sauna quand vous lui faites face.



DROIT



DROIT ET GAUCHE

ASSEMBLAGE DE LA PAROI AVANT

Aligner la paroi avant selon les listeaux respectifs de la plaque de base et l'assembler avec les parois latérales gauche et droite. Remarque : Faire attention à la porte en verre (très fragile). Fermez les loquets.



INSTALLATION DU BANC ET DU DOSSIER

Faites glisser le banc le long des rainures horizontales des panneaux latéraux.

Placez le dossier

Fermez le banc



ASSEMBLAGE DU TOIT

1. Placez le toit au dessus de votre sauna.
2. Placez maintenant votre toit correctement. Quand les quatre coins sont en place, tirez le toit à vous de façon à pouvoir le clipper.



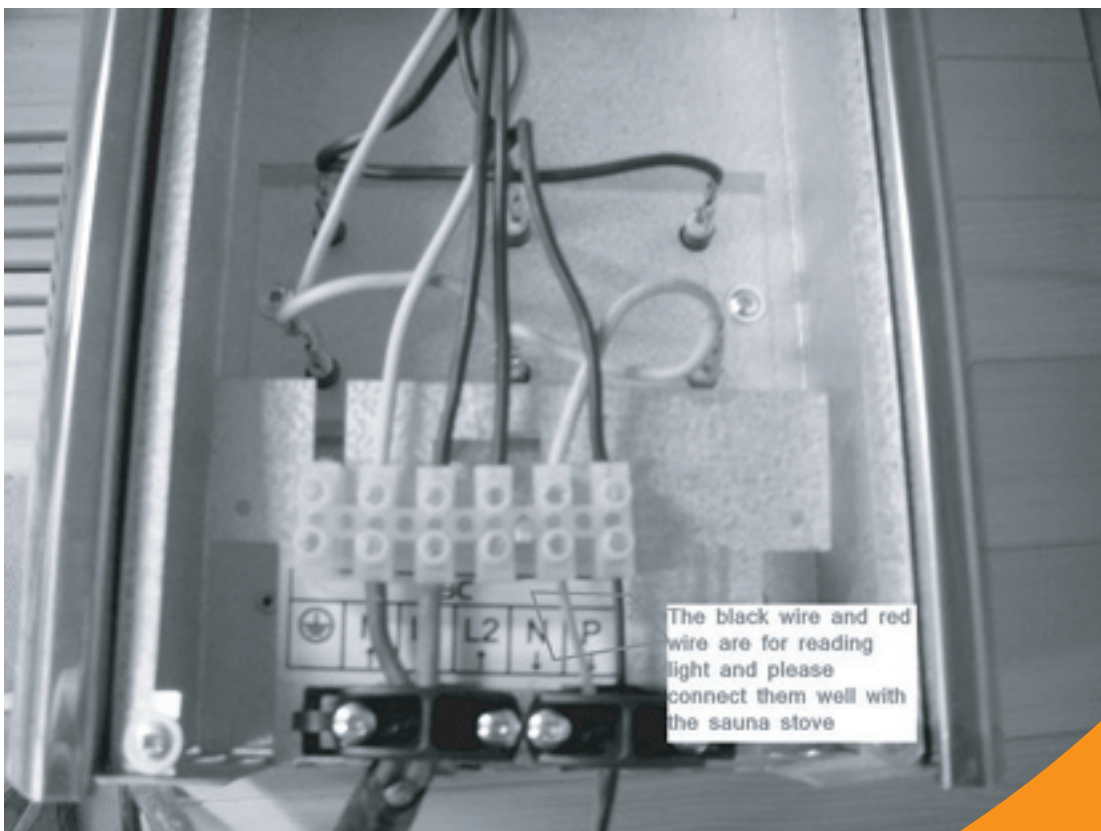
●●● CONNEXION DU POELE HARVIA

Assemblez le Poêle Harvia en suivant les instructions du manuel fournit avec celui-ci.



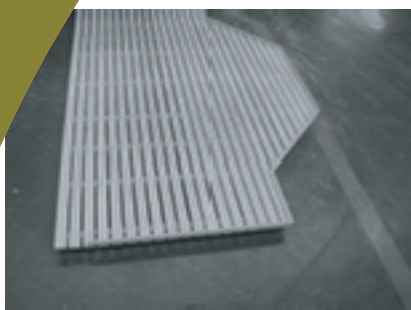
●●● CONNEXION DE LA LUMIÈRE DE LECTURE

Assemblez la lumière de lecture Les fils noire et rouge doivent être raccordés.



●●● MONTAGE DES 4 & 5 PLACES

Montage des Saunas 4 places, 5 places et 3/4 places.



Placez le panneau de base



**Placez les panneaux arrière
et gauche**



**Placez
le panneau droit**



**Placez
la façade**



**Les contre panneaux
de façade**



**Puis les derniers
panneaux**



Installez le banc



Enfin le toit

CONSEILS PRATIQUES



- 1) Pour réguler la température à l'intérieur du sauna, utilisez le conduit du toit ou la fenêtre de la porte.
- 2) Si vous ressentez le besoin d'air frais, laissez simplement la porte ouverte jusqu'à ce que l'air ambiant vous soit agréable.
- 3) Buvez avant, pendant et après la session de sauna.
- 4) Si vous prenez une douche chaude ou un bain avant votre séance, votre sudation sera plus importante.
- 5) Pour améliorer la thérapie du sauna, vous pouvez enduire vos cheveux d'huile essentielle et les envelopper dans une serviette. Rincez vos cheveux après la séance.
- 6) Utilisez 2 à 3 serviettes. Assoyez-vous sur une serviette repliée pour améliorer votre confort. Mettez une serviette au sol pour absorber l'excès de transpiration. Une troisième serviette posée sur vos genoux accélèrera la sudation et vous permettra de vous frotter la peau.
- 7) Assurez vous d'enlever l'excédant de sueur pour que votre peau respire mieux.
- 8) Pour améliorer la décontraction ou apaiser une tension musculaire, veillez à masser les endroits désirés pendant la séance.
- 9) La sudation de votre corps vous permet de vous raser le visage ou le corps sans crème ou mousse à raser. Vous obtiendrez une peau lisse sans matière agressive pour le corps.
- 10) Nous vous conseillons de ne pas vous restaurer au moins une heure avant la séance de sauna.
- 11) Pour augmenter les résultats de votre séance de sauna, massez vous le corps et faites des exercices étirement.
- 12) Vous pouvez bénéficier des bienfaits relaxant du sauna en vous couchant après la séance. La relaxation et la sérénité que vous apportera la séance de sauna vous aidera à vous endormir et améliorera la qualité de sommeil.
- 13) Aux premiers signes de froid ou de grippe, l'augmentation de la fréquence des séances de sauna vous aideront à activer votre système immunitaire.
- 14) Consultez votre médecin pour un traitement complémentaire approprié.
- 15) Pour traiter vos pieds et chevilles plus efficacement, nous vous conseillons de les surélever. Pour insister sur une zone corporelle Durant la séance, veuillez la rapprocher de l'appareil de chauffage tout en respectant une distance de sécurité.
- 16) Après votre séance, ne prenez pas une douche immédiatement. Votre corps est monté en température. Assoyiez vous dans le sauna jusqu'à ce qu'il soit refroidit. A ce moment, vous serez dans les meilleures conditions pour prendre une douche chaude ou tiède.

PROFITEZ DE VOTRE SAUNA

Passez en revue les contre-indications médicales et les consignes de sécurité. Si vous avez un doute quant à la possibilité d'utiliser votre sauna infrarouge, consultez avec votre médecin. Si vous sentez un légers mal de tête ou fatigué par la chaleur pendant une session, quittez immédiatement le sauna immédiatement.

- 1. Choisissez une température adéquate, température habituelle : 40-80C°.**
- 2. Attendez 8 à 15 minutes que le sauna préchauffe avant de commencer votre séance.**
- 3. Vous commencerez à suer 6 à 15 minutes après le début de la séance. Nous vous recommandons de ne pas dépasser 30 minutes de séance**
- 4. Quand la température choisie sera atteinte, les appareils de chauffage se mettront en veille de façon à maintenir une température constante.**
- 5. Vous pouvez ouvrir la porte à n'importe quel moment pour introduire de l'air frais pendant votre séance**
- 6. Veuillez boire de l'eau avant, pendant et après la séance de sauna. Boire vous permettra d'équilibrer la perte d'eau par sudation.**
- 7. Si vous vous douchez ou prenez un bain chaud avant la séance de sauna, votre corps suera plus. Toutefois il est conseillé de bien se sécher avant de rentrer dans le sauna pour ne pas teinter ou déformer les éléments de bois. Une douche après la séance vous rafraichira et vous débarrassera des impuretés expulse par sudation.**
- 8 . Pour absorber la transpiration et garder votre sauna sec pendant la séance, il est conseillé de disposer une serviette sur le banc et le sol de votre sauna.
Garder une serviette pour enlever l'excès de transpiration. .**



www.france-sauna.com

contact@france-sauna.com

sav@france-sauna.com